

# BULETIN PESARA

## Suara Persatuan Pesara Universiti Kebangsaan Malaysia

Bil. 10 (2), Disember 2020

No. Pendaftaran PPM 017-10-22092010

### MINDA Pengerusi

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

Tuan-tuan dan Puan-puan yang diingati.

Saya mendoakan semoga kita semuanya dilindungi Allah s.w.t dan diberi kesihatan yang baik. Semoga kehidupan kita semua sentiasa ceria bersama keluarga dan Allah memelihara kita semua daripada musibah Covid 19 yang sehingga sekarang belum ditemui vaksin yang boleh menyembuhkan penyakit yang begitu berbahaya ini. Keadaan ini terjadi tanpa disangka hanya Allah yang mengetahui rahsia di sebalik berlakunya wabak ini. Cuma saya mengharapkan sebagai ikhtiar daripada dijangkiti wabak ini, hendaklah kita semua mengikut SOP yang telah ditetapkan oleh pihak berkuasa seperti memakai pelitup muka sekiranya hendak keluar, jangan pergi di perhimpunan orang ramai, sentiasa membasuh tangan dengan sabun, jaga penjarakan dan sebagainya, terutamanya kita warga emas yang mudah menerima risiko jangkitan. Setelah berikhtiar, selebihnya kita serahkan kepada Allah s.w.t untuk melindungi kita semua.

Baru-baru ini kita dimaklumkan bahawa Naib Canselor Universiti Kebangsaan Malaysia YBhg. Prof. Dato' Ir. Dr. Mohd Hamdi Abd Shukor telah tamat tempoh pelantikannya sebagai Naib Canselor UKM. Beliau dikhabarkan akan beralih angin seperti perumpamaan Melayu menyebut, "seperti belut pulang ke lumpur" atau "seperti sirih pulang ke gagang". Beliau akan menyambung tugas sebagai Naib Canselor Universiti Malaya, Kuala Lumpur mulai 1 November 2020 yang lalu.

Saya bagi pihak warga pesara UKM mengucapkan tahniah di atas pelantikan tersebut semoga beliau terus berjaya dengan kerjaya di tempat asal kerjaya beliau. Sepanjang beliau bertugas sebagai Naib Canselor UKM, banyak sumbangan dan bantuan yang diberikan kepada Persatuan Pesara UKM. Beliau tidak lokek memberi kemudahan yang diperlukan oleh Persatuan Pesara, malahan beliau sentiasa mendengar keluhan dan memberi pandangan kepada Persatuan Pesara. Bagi mengekalkan penggunaan Bahasa Melayu sebagai bahasa ilmu yang merupakan teras penubuhan Universiti Kebangsaan Malaysia adalah antaranya. Namun kita memahami bahawa para graduan UKM yang akan juga bersaing di peringkat antarabangsa perlu memperkuat bahasa kedua, terutama Bahasa Inggeris. Ternyata beliau memahami falsafah pendidikan di UKM dan sentiasa memberi galakan untuk memajukannya. Saya dan seluruh warga Pesara UKM mengucapkan

selamat maju jaya kepada YBhg. Prof. Dato' Ir. Dr. Mohd. Hamdi Abd. Shukor. Kepada bakal Naib Canselor yang akan mengambil alih kursi tertinggi UKM diharapkan kesinambungan yang sedia ada akan berterusan kepada Persatuan Pesara UKM demi untuk kebaikan bersama.

Hubungan baik yang telah sedia diterokai sekarang perlu diteruskan, kerana apa yang Persatuan Pesara rasakan bahawa warga pesara masih boleh memberi sumbangan yang berkesan kepada perkembangan pendidikan para siswa siswi UKM. Umpamanya para ahli akademik daripada pelbagai disiplin ilmu masih boleh membantu dalam perkembangan ilmu di UKM. Begitu juga dari sudut pentadbiran, khidmat nasihat daripada para pentadbir yang telah bersara yang mempunyai banyak pengalaman.

Akhir kalam, saya sekali lagi ingin menyampaikan pesanan agar kita semua menjaga kesihatan, teruskan berhubung silaturahim untuk mengetahui kehidupan para sahabat kita. Kepada Allah kita memohon perlindungan dan keselamatan hidup kita semua.

SALAM DAN SELAMAT SEJAHTERA



### **KUNJUNGAN KASIH**

Bersama di dalam kunjungan, disampaikan sedikit sumbangan dan borang-borang keperluan urusan Pencen Terbitan dan Pengurusan Jenazah.

11/7/20 menziarahi keluarga Allahyarham Hj Azizan Ahmad no ahli 0284

31/7/20 menziarahi Hj Ahmad Kastam ahli no 0076 dan Hjh Rosalin no. Ahli 0077 di atas berpulangannya ke rahmatullah anakanda mereka Allahyarham Nazarin Ahmad

26/8/20 menziarahi keluar Allahyarham Dato Dr Amran Kasimin no ahli 0271

19/9/2020 menziarahi keluarga Allahyarham Tuan Hj. Mohd. Salleh Hj. Mohd. Kasim no. Ahli 0081

24/9/2020 menziarahi keluarga Allahyarhamah Hajah Zaharah Mahmud no. Ahli 0127.

## **BEBERAPA MAKLUMAT YANG ANDA PERLU KETAHUI SEBAGAI PESARA**

### **KAD PESARA DAN KOD-KOD BERKAITAN**

Berikut merupakan maksud kod-kod bagi jenis perkhidmatan seperti yang tertera di Kad Pesara Kerajaan Malaysia

#### **PERTAMA**

AP : Pesara Awam Persekutuan	AY: Pesara Awam Kesihatan Badan Berkanun
AN: Pesara Awam Negeri	AZ: Pesara Kesihatan Tentera
AB: Pesara Awam Badan Berkanun	AT: Pesara Angkatan Tentera
AK: Pesara Awam Pihak Berkuasa Tempatan	AS: Pesara Polis
AX: Pesara Awam Kesihatan Persekutuan	AW: Pesara Awam Kesihatan Pihak Berkuasa Tempatan

#### **KEDUA**

##### **Balu/Duda (Penerima Pencen Terbitan - setelah kematian pesara)**

BP : Pasangan Pesara Awam Persekutuan	BY: Pasangan Pesara Awam Kesihatan Badan Berkanun
BN: Pasangan Pesara Awam Negeri	BZ: Pasangan Pesara Kesihatan Tentera
BB: Pasangan Pesara Awam Badan Berkanun	BT: Pasangan Pesara Angkatan Tentera
BK: Pasangan Pesara Awam Kuasa Tempatan	BS: Pasangan Pesara Polis
BX: Pasangan Pesara Awam Kesihatan Persekutuan	BW: Pasangan Pesara Kesihatan PBT

#### **NOTA:**

- *Kad penerima pencen terbitan akibat kematian anggota awam / pesara akan tertulis pada atas kad pesara sebelah kiri*

- *Nama isteri yang telah meninggal dunia akan dikeluarkan daripada Kad Pesara (pesara masih hidup)*
- *Hanya nama pasangan yang dikahwini semasa masih dalam perkhidmatan sahaja yang akan tertera di atas Kad Pesara (pesara dan pasangan masih hidup)*
- *Bagi pasangan yang dikahwini selepas bersara, surat jaminan akan dikeluarkan untuk membolehkan pasangan tersebut menggunakan kemudahan perubatan*

## **KELAYAKAN WAD**

(Selaras dengan Pekeliling Perkhidmatan Bilangan 4 Tahun 2010)

JUSA ke atas:  
Kelas 1A (bilik Seorang)

Gred 21-30:  
Kelas 1C (Bilik Bertiga)

Gred 45-54:  
Kelas 1A (bilik seorang)

Gred 1-20:  
Kelas 2 (bilik berempat)

Gred 31-44:  
Kelas 1B (Bilik Berdua)

## **SIAPA YANG LAYAK MENIKMATI KEMUDAHAN PERUBATAN INI?**

- pesara
- pasangan
- anak-anak bawah umur 18 tahun, jika sambung belajar di IPT, sehingga 21 tahun
- ibu bapa (untuk penjawat yang masih berkhidmat, kos ubat ibu bapa sahaja yang akan ditanggung. Bagi pesara, kos perubatan ibu bapa tidak lagi ditanggung atas sebab-sebab kekangan kewangan di UKM (rujuk keputusan LPU bil. 4/2018 bertarikh 19 April 2018).

## **SIAPA YANG AKAN MEMBIAYAI PERUBATAN PESARA?**

Pesara Awam Persekutuan:  
KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA, KWAP (Kumpulan Wang Persaraan JPA) & JPA  
(Jabatan Perkhidmatan Awam)

Pesara/Veteran ATM Berpencen:  
JABATAN HAL EHWAL VETERAN (JHEV)

Pesara Awam Negeri:  
PEJABAT KEWANGAN NEGERI, PEJABAT SUK NEGERI MASING-MASING

Pesara Awam Badan Berkanun:  
BAHAGIAN KEWANGAN/SUMBER MANUSIA DI BADAN BERKANUN TERSEBUT

Pesara Awam Pihak Berkuasa Tempatan (PBT)  
BAHAGIAN KEWANGAN/SUMBER MANUSIA DI PIHAK BERKUASA TEMPATAN TERSEBUT

### **TINDAKAN YANG PERLU DIAMBIL JIKA ADA KESILAPANN DI KAD PESARA ANDA**

Sekiranya terdapat kesilapan nama, nombor kad pengenalan, kod pesara dan kelayakan wad di Kad Pesara anda, sila maklumkan kepada pihak kwap di talian 03-88878777 atau emailkan nama dan nombor mykad anda ke [mypesara@kwap.gov.my](mailto:mypesara@kwap.gov.my)

*Sumber dari Bahagian Pasca Perkhidmatan JPA*

### **MAKLUMAN TAMBAHAN YG PERLU DIAMBIL PERHATIAN BAGI SETIAP PESARA UKM**

setiap pesara UKM (yg berkelayakan - cukup syarat persaraan sama ada bersara dgn berpencen atau KWSP) mesti mempunyai dua kad pesara.

1. kad pesara yg dikeluarkan oleh JPA
2. kad pesara yg dikeluarkan oleh UKM (ini khas kegunaan untuk mendapat rawatan di hospital HTCM sahaja)

### **INFO RINGKAS SKIM PENCEN SEKTOR AWAM**

1. Adakah pencen boleh difaraidkan / diwasiatkan?

Tidak – pencen tidak boleh diwasiatkan atau difaraidkan kerana ia bukan harta pusaka.

(Punca kuasa – Seksyen 19, Akta Pencen 1980 (Akta 227) dan Muzakarah Jawatankuasa Fatwa Kali ke-21 (12 September 1988))

2. Adakah faedah persaraan boleh dicukaikan?

Ganjaran – tidak dicukaikan

GCR – tidak dicukaikan

Pencen – Diterima mulai usia 55 tahun tidak dicukaikan, sebelum umur 55 tahun boleh dicukaikan (Punca Kuasa – Seksyen 127, Akta Cukai Pendapatan 1967 (Akta 53) dan Jadual 6 Akta 53)

3. Apa yang boleh dipotong dari faedah persaraan?

Hutang-hutang kerajaan, tuntutan nafkah atas perintah mahkamah dan potongan insolvensi bagi kes kebangkrapan.

(Punca kuasa – seksyen 19, Akta Pencen 1980 (Akta 227))

4. Pesara atau penerima pencen dipenjarakan, adakah pencen dihentikan?

Ya – penerima pencen tidak layak menerima pencen sehinggalah mendapat pengampunan. Walau bagaimanapun, Elaun Tanggungan boleh dipertimbangkan kepada tanggungan yang layak.

(Punca kuasa – Seksyen 21 Akta Pencen 1980 (Akta 227))

5. Ada beza kah antara pesara Persekutuan dengan pesara Badan Berkanun / Kuasa Tempatan?

Ya – Terdapat beza di antara pesara Persekutuan dengan pesara Badan Berkanun / Kuasa Tempatan. Ia termasuklah tanggungan GCR dan faedah perbuatan (faedah GCR dan perubatan bagi Badan Berkanun / Kuasa Tempatan ditanggung oleh Badan Berkanun / Kuasa Tempatan itu sendiri

6. Pesara berkahwin dalam persaraan, adakah pasangan layak terima pencen terbitan?

Ya – tetapi hanya setakat baki tempoh 20 tahun dari tarikh persaraan pesara sahaja. Setelah tamat tempoh 20 tahun dari tarikh persaraan pesara, pasangan dikahwini dalam persaraan termasuklah anak hasil perkahwinan tersebut hilang kelayakan menerima pencen terbitan.

(Punca Kuasa – Seksyen 15 , Akta Pencen 1980 (Akta 227))

7. Adakah anak layak terima pencen terbitan?

Ya – bagi anak di bawah 21 tahun ketika kematian pesara, layak terima sehingga 21 tahun dan boleh dilanjutkan sekiranya melanjutkan pengajian sehingga menuju ke arah ijazah pertama. Anak yang sudah mencapai 21 tahun semasa kematian pegawai/pesara tidak layak, kecuali anak cacat [OKU otak, anggota atau mental (teruk)]

(Punca kuasa – Seksyen 16, Akta Pencen 1980 (Akta 227))

8. Jika suami iaitu pesara, meninggal dunia, isterinya akan menerima pencen terbitan. Bagaimana jika kemudian isterinya itu berkahwin dengan suami baharu, adakah pencen terbitannya masih terus diberikan?

Ya, pencen terbitan dibayar kepada pasangan sepanjang hayat pasangan (balu/duda) dengan syarat, perkahwinan mereka dahulu berlaku semasa pegawai masih sedang berkhidmat. Walau bagaimanapun, pasangan pesara itu sudah tidak layak lagi menikmati kemudahan perubatan atas kapasiti pasangan pesara, kecuali suami baharunya itu juga merupakan pegawai awam atau pesara.

9. Adakah benar terdapat anggota/pesara yang menerima pencen penuh iaitu kadar pencennya sama seperti gajinya yang terakhir sebelum bersara?

Tidak benar sama sekali. Semua anggota berpencen hanya layak menerima pencen maksimum sebanyak 60% daripada gaji akhirnya sahaja.

10. Dengan cerita tiada lagi kenaikan pencen selepas PRU14, betul kah?

Tidak mungkin berlaku. Kenaikan pencen sebanyak 2% telah diperkenalkan sejak tahun 2013 dan masih diteruskan pada tahun 2019 dan tahun-tahun mendatang.

Untuk pertanyaan lanjut juga, boleh hubungi 03-8887 8777 atau emailkan kepada [mypesara@kwap.gov.my](mailto:mypesara@kwap.gov.my)

*(sumber : Jabatan Perkhidmatan Awam, Malaysia)*

#### **KADAR BAYARAN PASSPORT MALAYSIA UNTUK WARGA EMAS DAN OKU**

- Warga Emas RM100
- OKU percuma (mesti ada kad OKU yang dikeluarkan oleh JKM)



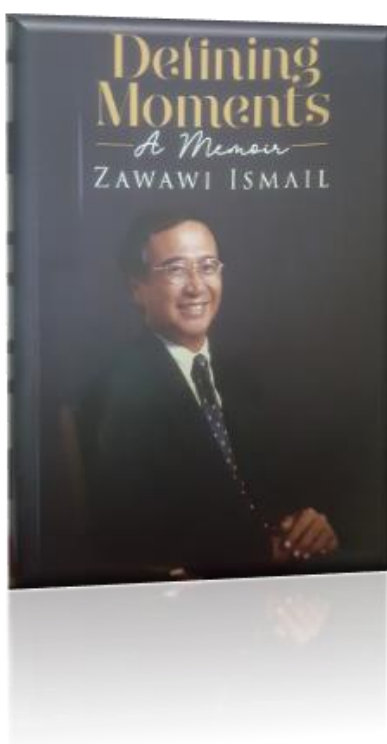
Mesyuarat AJK Persatuan Pesara UKM pada 27 Sept., 2020

## INFO DUN SELANGOR

### SKIM MESRA USIA EMAS

Berumur 60 tahun ke atas dan Orang Kurang Upaya, boleh mendapatkan baucar shopping Warga Emas/OKU bernilai RM100.00. Baucar boleh diperolehi di Pejabat DUN daerah masing-masing dengan syarat daftarkan butiran peribadi anda di Pejabat Dun yang berdekatan. Baucar ini akan diberikan sekali sahaja dalam setahun iaitu pada hari lahir anda. Bagi yang telah berdaftar, anda akan dihubungi beberapa minggu sebelum hari jadi anda untuk datang pejabat Dun yang berkenaan bagi mengambil baucar.

### BUKU-BUKU TERBITAN AHLI PESARA UKM SEMPENA JUBILEE EMAS UKM



Contents	
List of Pictures	11
Preface	17
Prologue	19
Chapter 1	The early years
Chapter 2	The teenage years
Chapter 3	The University Years
Chapter 4	The Postgraduate years
Chapter 5	National Aspiration – UKM story
Chapter 6	National IT Agenda – The MIMOS story
Chapter 7	A University from Scratch – the UNIMAS story
Chapter 8	Leading the organization
Chapter 9	Reaching out
Chapter 10	Growing Fun
Chapter 11	A Master plan
Chapter 12	A dream campus
Chapter 13	Living the dream
Chapter 14	The eight year

### DIFINING MOMENTS: A MEMOIR oleh PROF. EMERITUS DATO' DR. MOHD. ZAWAWI ISMAIL

Memoir yang menukilkan pengalaman menubuhkan sebuah Universiti dari sifar. Ia memperihalkan impian dan cabaran, menceritakan di sebalik cerita, membangun dan memimpin sebuah institusi pendidikan tinggi yang ke-8.

Penulis juga merakam pengalamannya di awal penubuhan UKM dan UNIMAS, dari hari pertama mengenali universiti sehingga akhir sebagai Pengerusi Lembaga Pengarah. Sebagai pengegnap, Penulis menceritakan detik-detik penentuan dalam perjalanan hidup beliau.

Jawatan terakhir pengarang di UKM ialah sebagai Pengerusi Lembaga Pengarah UKM.



Buku ini dititipkan bersama gambar-gambar nostalgia yang berkaitan penceritaannya. Buku ini boleh dibeli di Penerbit, UKM dengan harga @RM65.00 tidak termasuk duit pos.

Buku ini mengandungi 272 ms. .

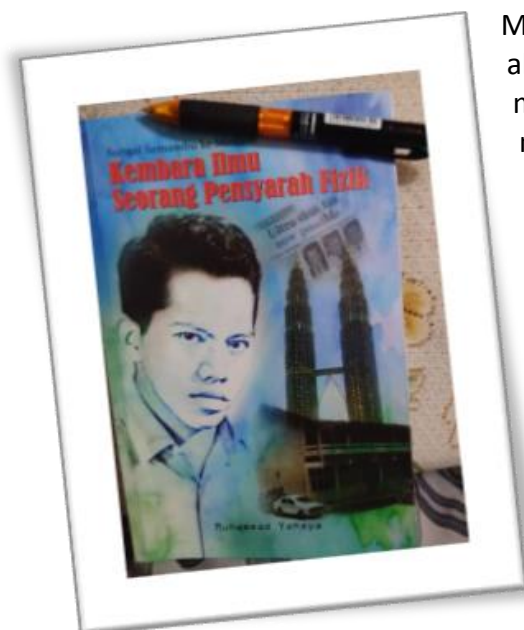
## TAUTAN KASIH



Buku ini menceritakan khusus kepada mantan Alumni siswa/siswi UKM Jalan Pantai Baru sekitar 1970-1974. Coretan coffee table. Lakaran sejarah ringkas yang dibahagikan kepada 2 bahagian,, Bahagian 1 perjuangan orang Melayu untuk menubuhkan UKM. Bahagian 2 siswa siswi 50 tahun dahulu dan kini sebahagiannya telah menjadi tokoh-tokoh ternama memegang jawatan-jawatan penting

di sektor kerajaan dan swasta serta meraih gelaran dan anugerah tertinggi negara. Buku diusahakan bersama oleh .... Buku ini disertakan gambar-gambar nostalgia. Sidang Redaksi buku ini terdiri daripada Prof. Emeritus Dato' Dr. Laily bin Din; Dr. Inon Shaharudin; Dr. Misran Rokimin, Tuan Haji Sirol Aflah Hassan Basri dan Dr. Senaskah RM45.00 dan rm10.00 belanja pos. Buku ini mengandungi 81ms.

## MEMOIR : SUNGAI SEMAMBU KE MONASH KEMBARA ILMU SEORANG PENSYARAH FIZIK oleh PROF. EMERITUS DATO DR. MUHAMAD YAHAYA



Memoir ini merupakan kenangan seorang ahli akademik yang tugasnya utamanya adalah untuk mengajar, menyelidik dan berkhidmat kepada masyarakat. Memoir ini bermula dengan kisah perjalanan hidup penulis sebagai seorang pelajar dari Sekolah Umum Tanah Liat, berpindah ke Kuala Lumpur dan seterusnya menyambung pelajaran di Bandung, Indonesia demi segulung ijazah, hinggalah akhirnya memperoleh ijazah tertinggi di Australia.

Banyak pengalaman baharu yang ditempuh semasa mengikuti sistem pembelajaran di Indonesia hanya diceritakan secara bersahaja,. Namun begitu, perjuangan memartabatkan bahasa Melayu sebagai Bahasa ilmu dan menjadikan penyelidikan sebagai budaya dalam kehidupan yang

menjadi misi utama dalam kerjaya penulis dihuraikan dengan terperinci. Mempelajari sains dalam bahasa Melayu dalam keadaan yang serba kekurangan juga terbukti mencabar dan penuh dengan suka duka. Bagaimanapun hal ini dapat diatasi dengan adanya minat yang tinggi serta kerja kuat untuk menguasainya.

#### Prakata

- Bab 1 Zaman kanak-kanak
- Bab 2 Pendidikan di Universiti
- Bab 3 Bekerja sebagai pensyarah
- Bab 4 Membuat Ijazah PhD
- Bab 5 Menjadi pentadbir di Universiti
- Bab 6 Pengurusan pendidikan dan kualiti
- Bab 7 Prof. kontrak
- Bab 8 Penglibatan dalam NGO
- Bab 9 Penyelidikan dalam bidang Fizik
- Bab 10 Penutup

Memoir ini turut menjelaskan penglibatan, kegiatan, pengalaman dan pandangan penulis terutama yang berhubung dengan beberapa peristiwa dalam dunia akademik yang menyentuh banyak pihak, rakan sekerja, pentadbir, bahkan keluarga sendiri. Bertugas sebagai pentadbir akademik juga cukup mencabar kerana sudah tentu mengurus ahli intelek yang penuh dengan idiosinkrasinya dan selalu berpandangan “kita boleh bersetuju untuk tidak bersetuju”.

Mengandungi 248 ms. Naskhah ini boleh dibeli melalui Shopee. Senaskah RM40.00 tidak

termasuk belanja pos.

## KURSUS FOTOGRAFI ONLINE

Pengalaman 38 tahun berkerjaya sebagai Jurugambar UKM, ilmu yang ada tidak dipersiapkan dan ternoktah. Kursus Fotografi siri 1 secara dalam talian telah diusahakan oleh Sdr. Abd. Raai Osman telah diadakan pada 26 Nov., 2020. Penyertaan terbuka. Seramai 9 telah mengikuti kursus tersebut. Kursus ini diadakan secara percuma dengan dikenakan bayaran RM10.00 untuk mendapatkan EBook Seni Foto daripada beliau. Kurus Fotografi siri 2 akan menyusul. Yang berminat sila hubungi Sdr. Raai 019-3393308. Tahniah dan Syabas.

## PAWE (PUSAT AKTIVITI WARGA EMAS)

Sebagaimana biasa, maklumat-maklumat Persatuan Pesara UKM dan PAWE tidak boleh dipisahkan.

Walaupun wabak Pademik 19 masih belum berakhir, namun beberapa kegiatan dan aktiviti PAWE UKM terus dilaksanakan. PAWE berserta Persatuan Pesara UKM, diketuai/diwakili oleh YBhg. Dato’ Dr. Mohd. Wahid Samsudin di bantu oleh Haji Talib Harun selaku Setiausaha dan AJK yang lain seperti Hj Rus Pin, Prof Madya Dr. Khadijah daripada Program Pengajian Psikologi dan lain-lain .

## Aktiviti Mesyuarat

Hubungan PAWE UKM dengan Jabatan Kebajikan Masyarakat, Selangor terjalin dengan baik. Beberapa siri mesyuarat dengan Jabatan tersebut telah diadakan, antaranya:

- a. 27 Julai 2020 (Isnin), Kepimpinan tertinggi PAWE dan Persatuan Pesara UKM telah di undang menghadiri mesyuarat bersama PAWE seluruh negeri Selangor. YBhg. Dato' Dr. Mohd. Wahid Samsudin bersama mewakili mesyuarat tersebut.
- b. 26 Ogos 2020 (Rabu) bertempat di Bilik Aktiviti, Jabatan Kebajikan Masyarakat Negeri Selangor, Shah Alam, satu mesyuarat telah diadakan dengan tujuan membuat Penyelarasan Penyediaan Laporan dan Dokumentasi Program Pusat Aktiviti Warga Emas (PAWE) Negeri Selangor. Haji Talib Harun dan Hj Rus Pin mewakili Persatuan Pesara UKM dan PAWE telah menghadiri mesyuarat tersebut.
- c. Mesyuarat Penyelarasan Seminar Pusat Aktiviti Warga Emas (PAWE) diadakan pada 13 Oktober 2020, bertempat di Bilik Mesyuarat, Jabatan Kebajikan Masyarakat Negeri Selangor, Shah Alam, Mesyuarat tersebut dibuat secara atas talian. Mereka yang terlibat YBhg. Dato' Dr. Mohd. Wahid Samsuddin, Haji Talib Harun, Hj Abd. Rahman Madon dan Hj Rus Pin.

## Aktiviti Seminar/Bengkel

Beberapa siri bengkel PAWE telah dilaksanakan bermula pada bulan Ogos 2019 hingga akhir bulan Disember 2019. Aktiviti seterusnya sedikit terjejas apabila Covid 19 mula menyerang negara ini bermula awal Januari 2020 dan Covid 19 meningkat mendadak bermula bulan Mac 2020 sehingga kerajaan mengisytiharkan PKP/PKPB/PKPD seluruh Malaysia yang menyebabkan pergerakan rakyat tersekat kecuali urusan penting.



1. Bengkel Inovasi Warga Emas telah diadakan pada 19 dan 26 September 2020 mulai pukul 9.00 am – 12.00pm. Penceramah dalam Bengkel ini ialah En. Muhammad Hazwan Hussein dari Alpha Empire Solution.

Terdapat empat aktiviti yang dilakukan di dalam bengkel ini:

- a. Diet (Buku Resipi Trafik DIY)
- b. Senaman

- c. Kit Kebajikan
- d. Urban Garden

Ternyata Bengkel ini mendapat sambutan yang menggalakkan daripada ahli-ahli PAWE dan Pesara UKM. Mungkin disebabkan telah lama duduk di rumah tanpa boleh keluar ke mana-mana maka sambutannya amat baik sekali lagi.



2. Seminar PAWE yang diadakan pada 5 November 2020 telah diubah tarikhnya kepada 15 Disember 2020 yang akan diadakan di UKM. Sempena dengan Seminar ini juga diadakan majlis pelancaran PAWE UKM. Belanjawan untuk menganjurkan seminar ini sekitar RM13,000.00 dan PAWE akan memohon peruntukan tersebut kepada PKMD Hulu Langat.
3. Forum Umum bertajuk “Empower 2020 Demensia: Pendekatan Holistik Dalam Mengekalkan Fungsi Kognitif”, akan diadakan pada 2 Disember 2020 bermula pukul 2.00 - 4.30pm. forum ini menggunakan platform Zoom dan Hcare f LIVE. Penyertaan percuma. Warga PAWE yang berminat boleh mengikutinya dengan menggunakan yang diberikan di atas.

### Pejabat Operasi PAWE UKM.

Alhamdulillah pihak Pengurusan Tertinggi UKM telah menyediakan ruang pejabat tetap kepada PAWE, UKM bertempat di Tingkat 5, Bangunan Pentadbiran Kolej Keris Mas.

Terdapat beberapa ruang yang telah disediakan dengan kelengkapan yang mencukupi antaranya ruang Pejabat Pentadbiran untuk kemudahan Pengerusi dan Setiausaha PAWE dan beberapa orang kakitangan yang ditugaskan untuk membantu. Selain daripada itu terdapat ruang bilik mesyuarat, bilik seminar dan ruang untuk penyediaan makan minum.

**EMPOWER 2020 DEMENSIA**  
PENDEKATAN HOLISTIK DALAM MENGEKALKAN FUNGSI KOGNITIF  
**FORUM UMUM**

**Dr. Shobha Sharma**  
Moderator  
(Terapis Persekitaran,  
H-CARE,  
Fakulti Sains Kesihatan  
UKM)

**Dr. Hazlina Mahadzir**  
(Pakar Geriatrik,  
Fakulti Perubatan  
UKM)

**Dr. Ponnusamy Subramaniam**  
(Ahlil Psikologi Klinikal,  
H-CARE  
Fakulti Sains Kesihatan  
UKM)

**Dr. Hanis Mastura Yahya**  
(Ahlil Pemakanan,  
H-CARE,  
Fakulti Sains Kesihatan  
UKM)

**Dr. Normala Mesbah**  
(Ahlil Fisioterapi,  
H-CARE,  
Fakulti Sains Kesihatan  
UKM)

**2 Disember 2020**  
**2.00 - 4.30ptg**

Platform **zoom**  
**H-Care f LIVE**

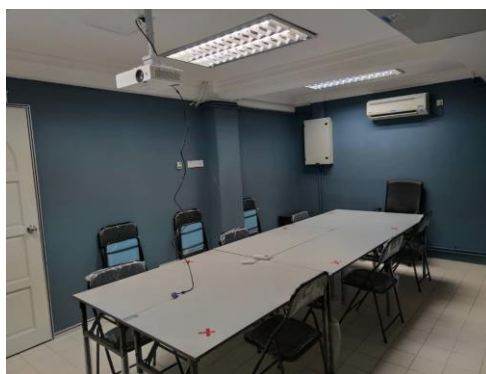
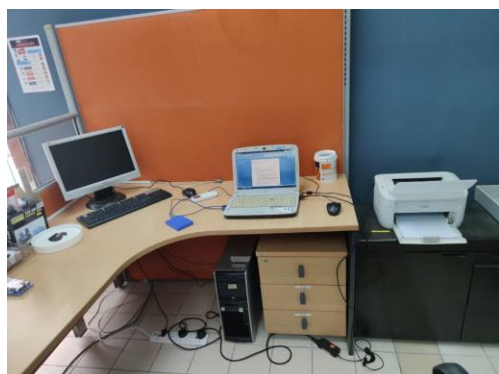
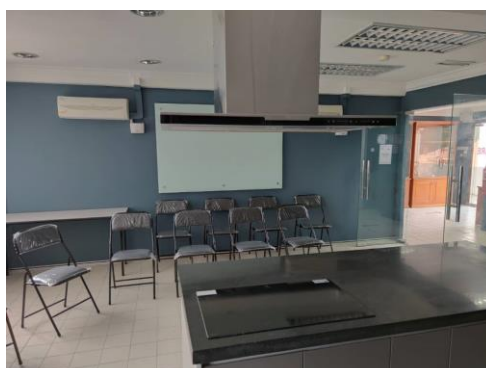
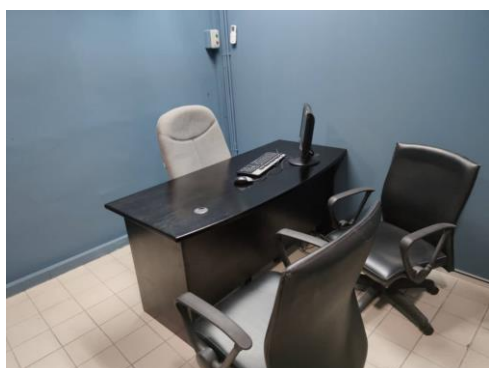
**PENYERTAAN PERCUMA**

PENYERTAAN :  
sila klik-pautan atau  
imbas kod QR  
<https://tinyurl.com/ForumEmpower2020>

Sebarang pertanyaan sila hubungi :  
H-CARE 03-92897163/8065 atau email [hcare@ukm.edu.my](mailto:hcare@ukm.edu.my)

[www.ukm.my/hcare](http://www.ukm.my/hcare) [f H-Care](https://www.facebook.com/H-Care) [hcarewellnesscentre2019](https://www.instagram.com/hcarewellnesscentre2019) [eHCARE\\_FSK](https://twitter.com/eHCARE_FSK)

Persatuan PESARA UKM juga telah dibenarkan untuk mengguna sama kemudahan tersebut bagi menjalankan aktivitiya terutama apabila mengadakan mesyuarat-mesyuarat. Sebelum ini Persatuan Pesara UKM menggunakan Bilik Mesyuarat Masjid UKM.



Sebahagian wajah ruang pentadbiran PAWE bertempat di Tingkat 5, Bangunan Pentadbiran Kolej Keris Mas.

## BERSAMA KITA MENANGANI COVID 19

- Duduk di rumah. Keluar hanya jika ada keperluan
- Bersihkan diri anda sebaik sahaja tiba di rumah dari berada di tempat orang ramai
- Memakai pelitup muka semasa berada di luar ataupun berinteraksi dengan orang luar
- Sentiasa mencuci tangan dengan sabun ataupun sanitizer
- Jaga penjarakan

## KITA JAGA KITA

***Sidang editor Buletin***

Dr. Misran Rokimin  
Puan Salmah Kasmani

***AJK Penerbitan***

*Dr Misran Rokimin*  
*Sdr. Abd. Raai bin Osman*  
*Sdr. Othman Ahmad*  
*Puan Rosenaini@Rusnaini A. Saman*  
*Puan Salmah Kasmani*